

# HANDBOK

Bildandet av ny handbollsförening  
Handbollförbundet Väst

## Innehållsförteckning

1. Inledning .....	3
2. I tankarna på att bilda en handbollsförening.....	4
3. Skapa handbollsförening, steg för steg.....	5
4. Ytterligare information som kan vara bra att veta – vid bildande av en handbollsförening.....	6
5. Första föräldrträffen.....	7
6. Första träningarna.....	8
7. Första matchen, eller sammandraget.....	9

# 1. Inledning

Denna handbok är ett hjälpmedel för bildandet av en ny handbollsförening. Den ger en guide och vägledning hur man går tillväga för att skapa en ny förening och tips på vad man ska tänka på, Allt från skapandet av styrelse, komma igång med föreningen hos Riksidrottsförbundet (RF) och Svenska Handbollförbundet (SHF), digitala verktyg som IdrottOnline och Profixio, till första träningen och checklistor och på vad en förening bör tänka på under ett verksamhetsår.

Detta ovan och mycket mer.

Lycka till!

## 2. I tankarna på att bilda en handbollsörening...

När funderingarna går att bilda en handbollsörening så finns det alltid saker som är mer eller mindre viktiga. Det finns också hjälp och stöttning från Handbollförbundet Väst i en del frågor.

Nedan är svar på initiala frågor vad man som person eller förening bör tänka på och vad HFV kan stötta med.

- **Upptastmöte med HFV** - hjälp med bildandet av klubben, bestämma namn på klubben och registrering.
- **Styrelse** - HFV kan vid behov tillhandahålla ledamöter till interimsstyrelser.
- **Stadgar** - RF har s.k. normalstadgar för nedladdning på sin hemsida som kan användas vid bildandet av nya föreningar.  
<https://www.rf.se/download/18.7e76e6bd183a68d7b711637/1664977184039/Stadgemall%20f%C3%B6r%20idrottsf%C3%B6reningar.pdf>.
- **Kommunkontakter** - HFV kan hjälpa nya föreningar med kommunkontakter angående träningstider, bidrag, m.m.
- **Startbidrag** - Med stor sannolikhet kommer en nystartad förening få 50.000kr. av SHF i startbidrag. När bidraget erhållits så kan upp till 10.000kr betalas tillbaka till HFV för kostnader som de haft för uppstart. Även fler projektmedel finns att söka.  
<https://www.handbollvast.se/handboll-i-sverige/forening/bidrag-och-stod>.
- **Startpaket** - som nystartad förening får man ett startpaket med bl.a. 20 bollar, koner, västar, mm av HFV.
- **Träningsupplägg /träningar** - det finns en länksamling med övningar för nya ledare och barn.
  - [Handbollsskolan](#)
  - [Handboll i skolan](#)
  - [Handboll i skolan - Lekar](#)
- **Extern tränarhjälp** - första fem träningarna kan HFV vid behov ordna tränare som kommer och stöttar på plats.
- **Ledarutbildning** - HFV kan erbjuda nya föreningar grundutbildningar för att få relevant handbollsledarutbildning för att träna ett handbollslag. Kostnader kan läggas på den nya föreningen som ett lån som betalas tillbaka när startbidraget erhålls.
- **Avgiftsbefrielse** - nya föreningar betalar inte några avgifter de första två åren, förutom medlemsavgiften till SHF.
- **Stödfunktioner** - HFV stöttar vid behov som uppstår för fortsatt överlevnad hos nya föreningar, på föreningarnas villkor. **Avsikten är att personerna på platsen ska ta över ansvaret och driva klubben själva.**

### 3. Skapa handbollsörening, steg för steg

I processen att bilda en förening är det några saker som måste göras för att få organisationsnummer av Svenska Handbollförbundet. Nedan är vägen till en ny förening inom handbollen.

Steg för steg att bilda handbollsörening.

- Bilda interimsstyrelse med minst tre personer, helst fler från start.
  - Detta för att ta hand om de åtgärder som behövs för själva bildandet av föreningen.
  - Hitta minst 3 personer, helst lokalt, som vill ingå i en styrelse (innan första styrelsemöte), HFV kan stötta med personer vid behov.
- Skapa protokoll där beslut tas om att bilda förening, firmatecknare, att söka bank-giro och lämna in ansökan till RF. [Exempel på mötesprotokoll](#)
- Ta kontakt med en bank och ordna ett bankgiro, ska finnas med vid ansökan till RF/Skattemyndigheten.
- Lämna in ansökan att starta förening till RF med kopia till SHF (RF återkopplar med SHF också), de ger även besked till Skattemyndigheten. <https://www.rf.se/bidrag-och-stod/bilda-idrottsforening/ansokan-medlemskap-specialidrottsforbund>
  - När ni erhållit organisationsnummer från RF och Skattemyndigheten så finns klubben!
- Kom igång med Profixio och IdrottOnline.
  - Profixio är där tävlings- och domaradministration sker samt det system som ligger till grund för det arbete som sker i matchsekretariaten
    - <https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/profixio>
  - IdrottOnline är ett digitalt verksamhetssystem som utgör basen för kommunikation och administration mellan medlem, idrottsörening, specialidrottsförbund och RF-SISU distrikten. Här samlas all information om idrottsrörelsens medlemmar och organisationer
    - <https://www.rf.se/bidrag-och-stod/it-tjanster/idrottonline/aktivera-idrottonline>
- Läs igenom [Checklistor i föreningen](#) för en handbollsörening.
- Genomför en verksamhetskontroll för att komma igång med verksamheten, tex träningstider, tränare, bollar och material.
- Bestäm vilka plattformar ni vill använda er av. Ex Laget.se, SvenskaLag.se, Facebook, Instagram, mm
- Bestäm vilka aktiviteter ni vill genomföra i föreningen. Träning, Seriespel, Cuper, mm.

På länkarna nedan kan man läsa mer om att bilda och driva förening på riksidrottsförbundets hemsida.

<https://www.rf.se/bidrag-och-stod/bilda-idrottsforening#driva>

<https://www.rf.se/bidrag-och-stod/bilda-idrottsforening/ansokan-medlemskap-specialidrottsforbund>

## 4. Ytterligare information som kan vara bra att veta – vid bildande av en handbollsförening

- Vad är Riksidrottsförbundet, RF, vad är RF-SISU
  - Vad kan SISU hjälpa till med
    - Idrottskonsulenterna är engagerade personer som har ett genuint intresse för att varje förening mår bra och utvecklas dit de vill. De utgår alltid från föreningarnas behov och nuläge, kan ge stöd och hjälp till hur föreningar kan arbeta vidare i olika frågor, ge tips om material och verktyg som kan stödja föreningarna i sitt utvecklingsarbete samt även vara ett administrativt stöd i hur man till exempel rapporterar sin folkbildning. SISU Idrottsutbildarna kan även ibland erbjuda ekonomiskt stöd. Som till exempel att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.
      - Ta kontakt med er konsulent här: <https://www.rfsisu.se/>
- Kontakt med kommunen och träningstider
  - Kommunen är den ni ska kontakta för att få tillgång till hallar.
    - Behöver ni hjälp med att få kontakt eller diskutera träningstider så är HFV behjälpliga med att stötta er.
- Minihandboll
  - Om ni vill få minihandbollsmål och linjer monterade i er hall, kontakta HFV så har vi färdiga kostnadsförslag till kommunen.
- Vad kan HFV stötta med materialmässigt
  - Vi erbjuder ett startpaket med bollar, västar, koner, mm för att er förening ska kunna komma igång med handbollsträningarna.
- Utbildningar
  - HFV erbjuder en massa olika tränarutbildningar för olika nivåer. Ta kontakt med HFV för aktuella utbildningar i ert närområde. <https://www.handbollvast.se/hf-vast/utbildning>
  - HFV kan erbjuda nya föreningar grundutbildningar för att få relevant handbollsledarutbildning för att träna ett handbollslag. Kostnader kan läggas på den nya föreningen som ett lån som betalas tillbaka när startbidraget erhålls.
- Första träningarna
  - HFV har en länksamling med exempel på träningar och övningar för nya ledare och barn.
    - [Handbollsskolan](#)
    - [Handboll i skolan](#)
    - [Handboll i skolan - Lekar](#)
  - De första fem träningarna kan HFV vid behov stötta med utbildade tränare på plats.
- Söka bidrag
  - Varje vår släpper Svenska handbollsförbundet bidrag att söka. Aktuella bidrag kan man se här: <https://svenskhandboll.se/handboll-i-sverige/forening/bidrag-och-stod>
- Avgiftsbefrielser
  - Nya föreningar betalar inte några laganmälningsavgifter till seriespel de första två åren.

## 5. Första föräldrträffen

”Man får aldrig en andra chans att göra ett första intryck”

Gör en agenda för träffen, förslag på punkter att ta upp:

- Presentera er som ingår i ledarstaben
- Vision & Värdegrund för förening
- Svenskalag, Laget.se, eller vilken plattform ni använder. Nämn även om ni lägger upp bilder på barnen på Facebook.
  - Via vilken kanal, hemsida, mm ni informerar föräldrarna på.
- Truppen, hur många är ni och vill ni bli fler?
- Uppförande träningar
- Kost & Vila
- Styrketräning, skador och rehab
- Ni gör detta för barnens skull, för att barnen ska ha roligt
- Behöver ni hjälp med skjuts, ekonomiansvarig, stöttning på och utanför planen. Ju fler föräldrar som engagerar sig i laget desto bättre.
- Visa er säsongsplanering. Planer för träningstider, minihandboll, matcher för säsongen, eventuella cuper
- Lagkassa. Eventuellt behöver ni samla in pengar för att köpa in material som tejp, kylpåsar, skadelindor, mm
- Övrig information

## 6. Första träningarna

”Man får aldrig en andra chans att göra ett första intryck”

Tänk på:

Planera träningen i god tid. Planera för att det kan komma färre och fler barn än tänkt, så upplägget av träningen kan passa olika antal barn.

Ha bollar, konor och annat material redo inför träningspasset

Ha kul! Se till att barnen vill komma även nästa träning.

### **Vad kan vi från Handbollförbundet hjälpa till med:**

Vi kan tillhandahålla material

- väska med 20 bollar, 2x10 västar, 20 konor finns att tillgå från förbundet. Vi har också en Challenge-låda som är från konceptet Hand the ball vilket innehåller många olika övningar som man kan använda sig av.

Vi har en övningsbank som vi kan dela med oss av, denna bank innehåller en massa träningsförslag och tips inför era träningar det första året.

- [Handbollsskolan](#)
- [Handboll i skolan](#)
- [Handboll i skolan - Lekar](#)

Extern tränarhjälp, första fem träningarna kan HFV vid behov ordna tränare. Ta kontakt med HFV för mer information.



## 7. Första matchen, eller sammandraget

Att åka på den första matchen eller sammandraget är alltid spännande.

Tänk på:

- Ta med matchkläder, västar och bollar
- Domarna är oftast nybörjare
- Information om Minihandboll eller Handbollfestival
  - <https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/minihandboll>
    - [Information Minihandboll HFV](#)
    - [Regler Minihandboll](#)
    - [Information Ledare Minihandboll](#)
  - <https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/handbollfestival>
    - [Arrangera Handbollfestival](#)
- Reglerna är anpassade till nybörjare
  - [Regler Minihandboll](#)
- Ha kul! Varför inte värma upp med motståndarnas lag
  - Ta med en högtalare för att spela lite uppvärmningsmusik på